

自尊读书心得体会(精选10篇)

学习中的快乐，产生于对学习内容的兴趣和深入。世上所有的人都是喜欢学习的，只是学习的方法和内容不同而已。那么心得体会怎么写才恰当呢？以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。

自尊读书心得体会篇一

自尊是指一个人对自己的价值和尊严的认同和尊重。读书是培养个人素质和提高思维能力的重要途径。读书不仅要培养自己的批判思维和知识储备，更重要的是在阅读过程中树立自尊心。以下是我的个人心得体会。

首先，自尊的读书态度尤为重要。在面对一本书时，不仅仅要看到书中的知识，更要看到自己在阅读中的价值和尊严。每个人在读书时应该明确自己的目标和意义，不要被其他人的评价或期望所束缚。只有十分自信的阅读态度，才能够摆脱自卑和拘束，真正体会到读书的乐趣和价值。

其次，自尊的读书学习方式也至关重要。读书不仅是获取知识，更是培养思维能力和解决问题的能力。在阅读过程中，我们应该主动思考和质疑作者的观点，提出自己的思考和见解。只有保持独立和自主的思考方式，才能够更好地理解 and 消化书中的知识。同时，我们也应该尊重自己的学习节奏，在自己的容量范围之内进行阅读和学习。

第三，自尊的读书心态是取得成功的关键。读书并不是为了满足他人或追逐别人的成就，而是为了自己的成长和进步。无论是在阅读过程中还是在读书结果上，我们都应该坚持积极的态度，牢牢把握自己的自尊心。在阅读过程中，我们要善于找到自己的兴趣点并倾注热情去深入研究。在读书结果上，我们要珍惜自己的思想和思考的成果，不要因与他人的

比较而失去自信。

第四，自尊的读书也需要不断地克服困难和挑战。在阅读过程中，我们会遇到各种各样的障碍和困扰，比如内容难懂、语言晦涩等等。此时，我们应该保持积极的态度，不断地探索和努力解决问题。可以借助工具书、请教他人、多次阅读等方法，提高自己的阅读水平。只有不断地克服困难和挑战，我们才能培养自己的毅力和坚持精神，达到更高的自尊自信。

最后，自尊的读书心得应该是回归自己，并结合自己的实际情况。阅读是一个个体的过程，没有人可以完全强加自己的经验和观点给别人。在读书的同时，我们要结合自己的经验和实际情况，寻找自己的共鸣和感悟。只有将书中的知识与自己的实际结合起来，才能形成个性化的见解和心得，提升自己的自尊心。

综上所述，自尊读书是一种积极健康的阅读方式和态度。只有保持自信和尊重，坚持独立和自主的思考方式，努力克服困难和挑战，结合自身实际情况，才能真正体会到读书的乐趣和价值，不断提升自己的自尊心。希望我的心得体会能够对广大读者有所启发。

自尊读书心得体会篇二

“没有谁是一座孤岛，每本书都是一个世界”，读完这本书，心底涌起一股暖流。这本书并没有跌宕起伏的情节，开始甚至有点无聊，不过随着人物关系的慢慢展开，它变得有趣起来，尤其是玛雅的出现，带给aj和岛上人们的变化，人们心底的那棵关爱之花慢慢绽放。这本书用平实的语言，娓娓道来，平淡中透出温柔，温暖沁入人心，让人难忘。一本书能兼具平淡，甚至无聊和温暖治愈，正是它的魅力所在吧！

aj费克里，在一个偏僻的岛上，开着唯一的一家书店。他人到中年，却遭遇爱妻去世，书店危机，独自生活的他，孤独

冷漠，持续消沉，生活陷入困境。两岁玛雅的到来，打破这一局面，就在aj丢失价值不菲的珍本《帖木儿》的早上，“意外”获得了这个孩子。从此，这个孩子把他和另外几个人的生命紧紧联系在一起，爱与被爱，付出与接受都遵循内心的意愿，最终相依走出人生困境。玛雅的出现，给aj的生活带来了美好，从他决定留下玛雅的那一刻起，爱融化了他内心的冰川，使他内心的善良和柔软展现出来，也把他对书的热爱延续到生活中，尽管最后aj因病去世，书店老板的一生走完了，但岛上书店还在继续，读书的氛围，对书和生活的热爱周而复始，愈加汹涌。

开始在人们眼里aj是一个自私冷漠的人，后来变成一个让人喜爱的人。在我眼里，他开始的自私和冷漠，其实是他的自我封闭，他把自己封闭起来，是想要守住自己心中那块珍贵的地方，他害怕一旦走入人群，就会消失不见，毕竟作为文学博士，有着自己的读书品味，喜欢的是纯粹的文学，不同于岛上人们喜欢的是杂志和畅销书。他虽然固执，但很真实，一切选择由自己的内心出发，干净的不加丝毫掩饰和伪装。由于aj的守候，书店给岛上人们提供了所需的精神世界，让更多的人满足精神的需要，找到内心的寄托。这本书虽然写了aj的一生，但真正打动我的是其中aj对书和阅读的热爱，让我觉得读书是一件多么美好的事情，书店是这个世界上最美好的地方。从此，我的心里有了一块aj和岛上书店的地方。

读书可以改变一个人的精神状态，填补内心的空白，没有书店的地方，算不上一个好地方，岛上不能没有书店，岛上书店改变了人们的生活状态，改变了身边的一切，因为有了书店，有了玛雅和aj，岛上的人们开始喜欢读各种书，有了读书的氛围，书店成为岛上的文化中心。书本对每个人都会或多或少的产生影响，即使短期内看不到，其实已经在悄然发芽，所以，让我们多读书吧，什么时候都不算晚，正如书中的警长那样。

这是一本温暖的书，一本告诉我们阅读和爱的书。教会我们什么是爱，包括爱人的能力和对爱的感知。告诉我们爱与被爱的能力，付出与接受的意愿，能拯救陷于孤独绝境中的我们。书中有的不仅仅是爱与温暖，还有书对于人的影响。让我们记住，我们会成为我们所爱的那样，是爱成就了我们，我们不全是长篇小说，也不全是短篇故事，最后的最后，我们成为一部人生作品集。

自尊读书心得体会篇三

自尊是指对自己及他人给予正面评价和尊重。自尊心的培养对人的成长至关重要。读书是一种全新的生活态度，也是提升自尊心的有效途径。在阅读过程中，我深刻感受到了自尊对我读书的影响，通过培养自尊心，我得到了更多的乐趣和启示。

第二段：自尊心给予阅读的正能量

自尊心的提升对于我们阅读的积极影响不可忽视。读书过程中，通过对书籍内容的审视和理解，我们对优秀的思想和知识的接触，实现了与作者的心灵相通。当我们尊重书籍，尊重作者，我们也逐渐培养了对自己的尊重和自信。这种积极的心态会激发我们对书籍的热爱，使我们更加积极主动地去探索世界。

第三段：自尊心增强阅读的自觉性

自尊心的提升能够增加我们阅读的自觉性。拥有自尊心的人在阅读时会更加明确自己的目标和需求，能够主动选择适合自己的书籍，并发现其中的价值。同时，自尊心也使我们更容易保持专注，对于困难的书籍更有耐心和毅力去攻克。正是因为有了自尊心，我们才更加胸怀开阔，敢于面对不同的观点和挑战，从而拓宽了思维的边界。

第四段：自尊心激励我们在阅读中思辨

自尊心的培养使我们在阅读过程中更加勇敢地表达自己的想法和见解。当我们相信自己的思考和分析是有价值的时，我们会更加勇敢地提出问题，对书中的观点进行批判性思考，并与他人进行讨论。自尊心激发了我们的自信，使我们不再惧怕被异见，从而使我们的阅读更有深度和广度。

第五段：自尊心推动我们在阅读中实现自我提升

自尊心对阅读的积极影响不仅表现在书中的学问上，更关系到我们的人生境界。阅读使我们更加开朗、理解力更强、思维更敏锐，而这些都是自尊心给予我们的力量。正因为培养了自尊心，我们敢于面对挫折与失败，对自己有信心，从而更有毅力和勇气去追求自己的梦想。阅读只是一个载体，而自尊心的培养是我们在阅读过程中不断实现自我提升的内在动力。

总结：

通过与书籍的亲密接触，我深刻认识到自尊心对阅读的重要性。自尊心给予了我更多的勇气、自信和思辨力，使我在阅读中取得了更大的进步。在未来的读书之旅中，我将继续努力培养自尊心，不断提升自己的素质和能力，以更加积极的心态迎接挑战，实现更高的读书境界。

自尊读书心得体会篇四

“人是为了活着本身而活着，而不是为了活着之外的任何事物而活着。”这是来自《活着》这本经典作品里的话。从这简单的两句话里，我似乎读到了一个有着倔强、麻木性格的人内心的无奈。

透过这两句话，我能感受到这个人对生活的希望一点点被时

间和现实所剥夺，他是一个满是伤痕的人。在面对现实这个怪物面前，他无疑是懦弱的败将，但在一次次跌倒、爬起、再跌倒、再挣扎的中，他变得比最初更加成熟，他也更加清楚自己所拥有的一切都会是过往云烟，包括虚名、钱财、甚至是刻骨铭心的爱情、血浓于水的亲情、两肋插刀的友情。也许这样很残酷，也许这只是福贵的绝望、也许这只是那个时代产物，但是这却深深地扎进了读者的心，让读者看到生活这两字之于福贵来说就是一种习惯而已，只要这世界能给他一片生存的空间、一口空气、一滴水，他便就可以这样苟且地活下去。他不为任何人、任何事，只想顶着这副皮囊任现实的鞭子抽打，尽管鲜红的血液止不住地从血管流出，他也不想去看，更不想睁开眼睛一瞥。

“可是我再也没遇到一个像福贵这样令我难忘的人了，对自己的经历如此清楚，又能如此精彩地讲述自己。他是那种能够看到自己过去模样的人，他可以准确地看到自己年轻时走路的姿态，甚至可以看到自己是如何衰老的。这样的老人在乡间实在难以遇上，也许是困苦的生活损坏了他们的记忆，面对往事他们通常显得木讷，常常以不知所措的微笑搪塞过去。他们对自己的经历缺乏热情，仿佛是一道听途说般地只记得零星几点，即便是这零星几点也都是自身之外的记忆，用一、两句话表达了他们所认为的一切。”好像身边的老人看上去也是这样的平静，对于生命旅程中的一切他们都变得很平淡，即使是轰轰烈烈的爱情、举世无双的功成名就、动人心魄的豪言壮语也不能勾起内心的一丝涟漪。也许在偏理性的人眼里，这是长大的标志、这是思想成熟的标志。可这样一个对喜怒哀乐都没有知觉的人不应该很可怕吗？可这样一个被岁月剥脱了激情的人的生活不应该很单调吗？可这样一个把生活当做习惯的人不应该很可怜吗？他之于生活就像是一块寒冰，而生活之于他就像是多了一点的一道菜，吃不吃都无所谓，只是到收银台时会多拿一点的钱。

余华在《活着》这本书里，用了一生的时间让主人公福贵一点点沉沦。年少的福贵只是养尊处优、无所事事，对这个社

会还是存在一点点期待。可当他的家族破产，他被强制安排到军队里，他的母亲和爱人一点点远离他的生活，他的儿子和女儿被现实折磨得满是伤痕时，他不知道自己到底为何要活下去，他不知道为何这一切的不幸都是发生在周围最亲最爱的人身上而不是自己，要知道他们都是没有一点罪恶的人呀，错的人是他，该被上帝带走的人也是他。

在庸俗的人眼里，死亡是最可怕的一件事情，可在余华的眼里，的痛苦不是拿走这个人的生命，而是折磨他，让他在无尽的悔恨、无尽的悲伤中苟且地活着。在《活着》这一本小说中，余华就这样给福贵安排一场悲剧接着一场的悲剧，他要让这个不珍惜生活的人被生活蹂躏到连哭都难。他要福贵看着一幕幕亲人死亡的惨象，他要让福贵明白在现实面前他是多么无能无力，他要让福贵连在睡觉时都被这样的噩梦惊醒。在小说的结局，余华还安排了一个更加残忍的剧情，他连福贵生活中的希望也给剥夺了。苦根是福贵在这世上最后的亲人，是福贵对未来的一种期盼，但作者却滑稽地安排了他的死亡。苦根，他是纯洁的，似乎和这个世界无怨无仇，可最后被安排撑死了。余华彻彻底底地毁掉了这个叫福贵的人，对他的可怜是让他继续苟且活着。到最后的最后，福贵只剩下年老的自己和一头老牛。

除了余华的《活着》，还有很多类似的作品，那些作者都在用手中的笔写下生活的可怕、战争岁月的艰难。在看《活着》这本小说和电影时，我感到很压抑。我想任何一个人在看着一幕幕死亡场景时，都会觉得心在一点点被撕扯，都会感到有一种侵入五脏六腑的寒冷，甚至会害怕自己也成为了现实版的福贵吧！福贵的悲剧并不是特殊的，在看了巴金的《寒夜》之后我便更是这样觉得，巴金以一家四口的在战火纷飞的破裂来反映主题，给人的感觉很亲近，表现得也很自然。汪文宣和曾树生相遇在寒夜的薄雾中，他们的离别、各自的结局也在这样一个寒夜。汪文宣和曾树生曾经对生活充满着期待，他们的理想是办一所学校，可以在教堂里把自己的知识传递给一个个渴望学习的青年，可在战争年代这样的生活

就是妄想，那黑暗的时代嫉妒他们身上的光，所以它便露出獠牙嚼碎了这样的梦想，而《活着》也是这样在把幸福毁灭给我们看。

余华是成功的！他笔下的福贵生动地演绎了一场生命的悲歌，现实摧毁人性的好戏。同时他也惊醒了一些把活着视为习惯的人，他提醒着一代又一代的年轻人要倔强地、有意义地活下去。

自尊读书心得体会篇五

自尊是指一个人积极评价自己、认可自己的价值和能力。读书是一种提升自我的过程，通过阅读，人们不仅可以获取知识，还可以增强自尊心。在我的读书过程中，我深刻地体会到了自尊读书的重要性，并且从中获得了许多心得体会。

首先，自尊读书可以帮助我树立正确的人生观。在读书过程中，我可以通过与书中人物的对比，了解到自己与他人的差距，并且对自己的不足有着清晰的认识。这种自我认知并不是一个打击自尊心的过程，而是一个促进自我成长的机会。当我看到书中主人公通过努力和不断学习取得成功的时候，我会不由自主地对自己说：“我也可以做到！”这种积极的心态可以让我更加自信，并且推动我去努力实现自己的目标。

其次，自尊读书能够提高我对自己的认同感。在读书过程中，我会发现与书中人物有许多共鸣之处，这让我感到自己并不孤独。当我读到书中描述主人公的内心独白时，我会突然发现原来自己的感受和主人公是如此相似，这种认同感让我更加接受自己的情感和想法。通过读书，我懂得了自己的情绪是正常的，我有自己的思考方式和价值观，不需要被别人的眼光束缚。自我认同感的提高让我更加积极地去追求自己的兴趣和激发自己的潜能。

再次，自尊读书让我在知识上有了更多的优势。正如人们常

说的，知识就是力量。通过不断读书，我可以不断获取新的知识，不仅可以开阔自己的眼界，还可以为自己的未来打下坚实的基础。在知识面前，我不再是一个无知的孩子，而是一个能够与他人进行深入对话的人。知识的增加让我更加自信，也让我在与他人的交流中体现出更多的自尊和成熟。

此外，自尊读书还让我有更强的社交能力。在读书的过程中，我会与书中的人物进行一种心灵的契合，与作者进行一种默契的交流。通过与书中人物或者作者的交流，我不仅可以提高自己的思维能力，还可以学习到与他人进行有效沟通的技巧。在与他人的交流中，我懂得了与人为善，不轻易评价他人的行为和想法，懂得倾听他人的声音，也懂得控制自己的情绪，不轻易动怒。这些都让我在人际交往中更加得心应手，从而提升了自己的社交能力。

最后，自尊读书还能够增加我对生活的热爱。阅读让我感受到了不同的世界，让我看到了不同的人生，让我对生活产生了更多的热爱。当我读到一本悲剧小说时，我会为主人公的遭遇感到惋惜；当我读到一本情感小说时，我会为主人公的幸福而欢喜。这些情感的体验让我更加敏感，也让我更加热爱生活。在生活中，我会充满激情地追求自己的梦想，去寻找属于自己的幸福。

总之，自尊读书是一种提升自我的过程，通过阅读我们可以树立正确的人生观，提高对自己的认同感，获取更多的知识和成功的优势，增强社交能力，以及热爱生活。在以后的读书过程中，我将更加注重自尊读书，不仅是为了获取知识，也是为了更好地了解自己，提高自己。

自尊读书心得体会篇六

自古以来，人们获取知识的途径多种多样，而读书作为其中一种既普通又直接但却非常有效的求知方法沿用至今。作为教师，从书本中获取知识就显得尤其重要。人类创造的知识

财富，如同浩瀚的海洋，博大精深。作为我们教师需要加强各方面的修养来提升自己。所以我们理应多读书，用书来净化心灵，用书中的知识充实自己。

读书让我更深刻得体会了教育的民主，在学生眼里，教师能够与他们平起平坐，他们的心理也就获得了一种平衡，这样的教师最能受到学生的敬重。学生乐意与我走近，常把心里话告诉我，向我诉说烦恼，向我倾诉困难，我因此常和学生交流，这不能不说是一笔最宝贵的财富。回想每一次学生在向我表达着他们对我的感激和敬意，我的心情都莫名的激动，我总是深深的感受到了自身的一种最崇高的价值。毫不避讳地说，这种崇高，正是我在读书工程中所获得的最大的收获，是我不断学习、不断完善的具体表现。

本学期，张校长提出了一个令人深思的问题：今天我们怎样做教师？通过假期的读书活动，同时结合自己的教育教学实际，我觉得做一名优秀的教师其实不是一件简单的事，但也并不是如“蜀道之难”。只要我们不断的加强理论学习，不断积累经验，长期地保持一颗好奇心，想一想今天学生又将演出一幕怎样的好戏？我今天又将看到孩子们的什么新花样？我自己又该为他们做些什么事？处处为孩子们着想，在为学生做些你力所能及的事时，你也必然在一步一步的接近成功！

一、博大而炽热的爱，在爱中不断认识自我

名言说：“热爱是最好的老师。”是的，对于教师来说，爱是不可须臾成缺的，只有以挚爱奠基，教师才会倾尽精力，激活智慧，把自己的全部热情，甚至生命献给他所热爱的事业和学生。名师魏书生认为：埋怨环境不好，常常是我们不好，埋怨别人太狭隘，常常我们自己不豁达，埋怨学生不好教，常常是我们的方法太少。众多的成功者一再告诉我们，不管处于什么样的处境，只要你有奋斗不息，追求不止的精神，你就会自觉地去改变自己把外在的压力转化成巨大的动力，不断地学习，引千道清泉、集百家之长提升自己、充实

自己。“捧着一颗心来，不带半根草去。”陶行知先生的这句话，标示了有效教师高尚的师德境界。爱因斯坦说过：“热爱是最好的老师，它往往胜过责任。”教育尤其需要热情，需要爱，没有爱就没有教育，没有博大而炽热的爱，就不能成就有效教师。古今中外的名师们都是在以德之教，以身示范的教育过程中站立起来的，都是在无私奉献、无私的爱中不断认识自我。

二、在不泯的童心面前，时刻警醒自我

“多改变自己，少埋怨环境”是魏书生老师总结的涵养性情的一条法则。这给予我的启示便是教师要以平稳的情绪和愉快的心境投入工作，善于营造亲切、和谐的愉快的教育气氛，使学生进入最佳的学习状态，激发他们生动、活泼、主动的学习与发展。在今后的工作中，以名师们为榜样，努力成为学生的良师益友。

三、在学习与反思中，不断发展自我

陶行知先生早就说过：“教师必须天天学习，天天进行再教育，才能有教学之乐而无教学之苦。”只有学而不厌的先生，才能教出学而不厌的学生。可见要成为有效教师对于学习的至关重要要有深刻认识，要把学习作为自身发展、胜任教学的需要。

美国心理学家波斯纳提出：“如果一个教师仅仅满足于获得经验而不对经验深入的思考，那么既便是有xx年的教学经验，也许只是一年工作的xx年来的最深、最明了的体会。

从古人的“万般皆下品，唯有读书高”到今人的“书籍是人类灵魂进步的阶梯”，无不看出读书的良好作用。读书好处和重要之大的道理人所共知，再加上在这样一个知识爆炸的时代，“书到用时方恨少”的感觉会经常出现在每个人的身上。于是人人都想读书，把活到老学到老作为至理名言，可

是在读书的过程中，许多人只体会到读书的无比之苦，我却更多地感悟到读书的无限之乐。我不是把读书当成一种任务，也不是把读书单纯的当成一种无所事事时候的消遣，而是把读书当成一种心灵之旅，当成一种和古之先贤、智者名士进行跨越时空的对话、交流的过程，当成一种消除疲惫，洗去烦恼的精神生化的过程。

书，是良师，更是益友。

好读书，是年轻时候养成的习惯，但是不得不承认，随着年龄的增长，工作量和各种社会关系的增多，年少时候那种单纯的安心的读书的心境难以追回，再加上每天的各种事务踏至纷来，每天可以有一段长的读书时间就显的弥足珍贵，所以，我这样的年纪和工作的特点使我在读书上不得不养成自己的特点，一是要读书首先是选书。虽说是开卷有益，但是时间有限，所以必须有选择的读书，把有限的时间放在好的，适合的书籍上。在选书上，不看庸俗无聊，不求高深专业，但要切实有用；不过于专一，而追求广博，读书如交友，只是呆在一个小圈子里，很容易自我封闭，自我限制，所以要广交朋友，经史子集，古今中外，各种书都要尽可能涉猎一。二是随时备书，“见缝插针”。没有大片的时间可用来读书，只能是把片刻的闲暇时间利用起来。有时间就拿出来翻上两页，享受一下。就算是一本大部头的书籍，只要发挥愚公移山的精神，日积月累，持之以恒，总会在不知不觉中，轻松搞定；三是有计划，虽说读书的时间少，但是，不能找借口，不能放任，每天必须要挤出一段时间读书，我把这个称之为：每天多走一点路，意思是在每天要停下来休息的地方，要再坚持一下，多看一会儿书，在多走一点路。四是要用脑读书，多做批注，常写心得体会。用眼读书，获得一种简单的快乐，用心读书，赢得一片安宁，一种丰润，用脑读书，在思考中完成和作者的对话，那么收获的除了快乐，安宁，更是一种洗礼和升华的过程。子曰：学而不思则惘，思而不学则殆。读书学习和独立思考必须结合起来，才能收到最优化的效果。五是读书以致用。有人说，现代人读书很功利。我倒是觉得，

读书是不能过于功利，那样读书读不好，读不深，读不出快乐。但是读书也要有目的性，那就是读书必然是直接或间接为了我们工作，生活服务的，这就是读书的目的性。读书是要用的。读书不能像是在沙漠中下注水，浇灌了很多，但是长不出娇艳的玫瑰。读书可以死读，但千万不能读死，所以读书应该是要结合自己有选择的读，有目的的读。让书成为我们的良师益友，成为我们工作生活中前进的阶梯。

大家都在读书，但是，每个人读书的方法、感受和收获是不一样的。说了我的读书的方法，在说说我读书的各种体会和收获。总结起来，应该是“三开”。

开心养气。我在读书之中，收获的快乐，分四个层次。一是最为简单直接的快乐，一段快意恩仇的故事，一个精采绝伦的比喻，一个构思精妙，哑然失笑的结尾……这些都会让我怡然自乐，欣然发笑。二是读书让心灵安宁，抛开烦恼的快乐。这时候读书已经深入其中，忘记身边的种种事情，溶入到书的世界里。这时候读书，因为书的世界不同，会有激情如火，也会有沉静似水，也会有百般无奈，感慨叹气。这种在书的世界中畅游，与书的内容同呼吸，共命运的感觉就是读书的第二层快乐。三是独立思考，对话交流的快乐。这时候读书不是读了，而是和好友知己聚在一起，或茶香四溢，或青梅煮酒，或踏雪寻梅……总之是在契合两欢的氛围下的对话、交流、碰撞、引申。四是读书有用。这种快乐就不在读书之中了，而是在读书之后的一种反馈。这是在生活中和工作中能够“书到用时不恨少”，能够信手拈来，娓娓道来，能够自信大方，举止得体。这样，快乐自然而来了。

修身养性，愉悦身心，几乎是众多读书人对读书作用的一致性的评价。许多人把读书弄墨说成是附庸风雅，这句含有贬义的话却道出了一个事实，读书对一个人的修养，气质有很大的塑造力，这种塑造是润物无声，潜移默化的，但又是实实在在的，明显改观的，古代不就有“士别三日，刮目相看”的典故吗。当然这个“三日”不是指三天，而是代指一段时

间的意思。总之，胸有诗书气自华，经常读书的人总会给人们一种感觉，那是从举止言谈中流露出来的。

开阔视野。书籍是向上的台阶和平台，是望远镜也是显微镜。因为书籍我们能够摆脱地域的限制，视野的狭隘，从而站的更高看的更广，看的更远，看的更深。有句说：视野决定事业。我们要走出大山，跳出峡谷，目的就是为了开阔视野，学习外面先进的科技，成功的经验和高效的方法。而我认为，要达到这样的目的，读书无疑是最为便捷，最为经济，最为高效的方法。从《世界是平的》，我们一下子打开了视野，模糊遥远的地方被拉成了“一马平川”，让我们如此清晰的感受到了全球化的脚步如此接近，一下子把我们也拉入了在太阳升起后，一起奔跑的动物行列之中，危机就在眼前，可是，机遇和希望也同样的实实在在，为了生存和发展，必须用力加速向前跑，必须“率先”冲在前，不是大吃小，而是快赢慢。

开拓思路。思路决定出路。以科学和发展观念指导，解放思想，革新观念，是我们事业成功与否的关键。读书学习是我们真正掌握科学发展观，不断开拓思路，革新观念的重要途径之一。书是先贤们智慧的浓缩，是其他人其他地方的先进、成功经验的总结，是“大补”之品，需要认真研读，反复推敲，不断咀嚼。我看李瑞环的《学哲学，用哲学》，其中许多的话语短小精炼却意深旨远，比喻通俗恰当，却引入深思。有许多的警示之语，也有许多的谆谆教导，总能让我玩味其中，收获颇丰。

自尊读书心得体会篇七

陈云说：“四化需要人才，人才需要教育，教育需要老师”。在统筹城乡发展，推进素质教育，实施课改的现阶段，作为一名教师，想要出色地完成时代赋予的使命，成为新时期的“伯乐”，就必须多学习，多读书，读好书，不断丰富理论知识，全面提升业务素质。只有读书破万卷，才能下笔如

有神，领悟到这些后，我再一次认真地学习了《点击苏霍姆林斯基》这本著作。

批评挖苦，只会事与愿违。我们应该用饱满的热情去激励，去点燃他们的求知欲望，让学生兴趣盎然，积极投入；我们应该充分体现出以学生为主体、以教师为主导的新教育理念，让自信的手纷纷举起，专注的心跃跃欲试，才能取得事半功倍的效果。

我们班上的洋洋同学，每次考试都是名列前茅！在我与其他老师谈论洋洋时，美术老师却告诉我：“她有很多优点，可就是不会画画！每次上美术课时，洋洋都呆坐在那儿，一动也不动”。于是，我找到洋洋同学，她无奈地对我说：“老师，我也很羡慕同学能画出漂亮的画，可是，我不会画”。就这一情况我进行了调查和分析：原来，洋洋曾经在美术课上画过一只孔雀，可同学们都嘲笑她说，她画得好象是一只公鸡！从此以后，洋洋就对画画失去了信心。找到了问题的症结以后，我决心帮她重新树立起信心。我对洋洋说：“来，老师陪你画！”于是，我一边握住她的手，一边激励她说：“小手握住笔，眼睛要看好，真聪明！变！变！变！看！漂亮的房子变出来了吧！”看到自己也能像其它学生一样画出东西来时，她高兴极了！差点跳起来。我陪洋洋画了几次画后，她又对画画恢复了自信，美术老师也不断地夸奖她，说她进步真的很大！洋洋得到了全面的发展！

我们班有个叫朋朋的同学，以前，他作业不愿完成，课文不爱读，看到数学就头疼，上课时很少看到他积极参与学习活动……学习成绩不容乐观。但在每一次的体育比赛中，他都是百米冠军！这时，我总会激励他说：“体育成绩好，说明你不比其他同学笨，只要你肯努力，相信你的学习成绩也会像体育成绩一样棒的！”他受到了极大的鼓舞，慢慢地学习成绩也有了提高。

送走的毕业班里有个叫群群的同学，他很聪明，可特别不守

纪律，“独创”的“书法”无人能及，批改作业时，老师需要有足够的耐心，仔细辨认才能看出他写的究竟是什么字。然而在六一儿童节时，他唱的二人转却被孩子们评为最喜爱的节目，并获得了一等奖。我抓住他的小手，热情的说：“群群，祝贺你！演节目你是最棒的！相信你在学习上也能给我一个惊喜！”果然，他开始主动学习了，毕业时也取得了良好的成绩。

这几件事情，让我体会到学生都是有个性化的，他们的天赋、才能、爱好、特长各不相同，对各门功课掌握的程度也就不同，所以会出现参差不齐的差异。教师一定要善于发现孩子身上的优点，从他们的长处入手，激励他们全面发展。

心理学家对儿童发展问题进行了细心的观察和研究，得出了这样的结论：在儿童发展的过程中，最为重要的，不是人们普遍认为的美食，而是关心和爱。苏霍姆林斯基就深知这一点，他总是以爱育人，温暖每一位莘莘学子的心灵。他说：“要相信孩子，尊重孩子，用心灵去塑造心灵”。这让我想起他曾经举过的一个例子：淘气鬼乌拉在集体活动时跑到森林深处捣乱，苏霍姆林斯基没有发脾气，而是借此安排了一个有趣的游戏，把全班同学带到一个隐秘的洞穴藏起来，说：“我们不去找他，让乌拉来找我们”。当小淘气鬼发现大家都不见了的时候，害怕和孤独让他惊慌失措，使他认识到了自己错误，无形中小乌拉接受了一次教育。验证了所谓“思想的光熠熠生辉，和谐的美处处动人”这句格言。

然而我在以前的教育教学中，对于犯错误的学生，却总是冷言相对，尽是批评。在领悟到苏霍姆林斯基“以爱育人的思想”后，我改变了这种观念。班上有个学生叫佳佳，是个很顽皮的男孩，他在与同学们的交往中常常出现攻击性行为，他总觉得自己是奥特曼，而别的同学都是小怪兽。学生们都不爱和他玩，家长也不喜欢他，就连老师都对他也是敬而远之。经过分析，我发现佳佳产生这种行为的原因不仅仅是他自身问题，更重要的是受到了学习和生活环境影响。于是，

在佳佳和同学们活动时，我就有意识地引导他向同学们学习友好交往的语言，比如：你好、谢谢、请、对不起；引导他学习友好交往的动作方式：比如轻轻地、慢慢地；同时，我还特别注重教育其他学生宽容、善待佳佳，引导他们帮助佳佳改正错误，从而使他在集体中感受到了友善与和睦，佳佳在充满爱的环境中，变得越来越懂礼貌，不再攻击其他学生了。渐渐地，同学们也喜欢他了。

回首近十年的教育教学历程，心中有无限感慨，是教育思想使我逐步走向成熟，是苏霍姆林斯基的教育理论为我在课改潮流中引领了航向、为培养新时期的新型人才扬起了爱的风帆！

“人生下来，并不是为了像无人问津的尘埃那样无影无踪地消失，人生下来是为了在自己身后留下痕迹——永久的痕迹。”这是苏霍姆林斯基生前总爱重复的一句话。几十年过去了，历史发生了翻天覆地的变化，而这位杰出的教育家身后留下的痕迹却日益深刻、隽永，而且迸射出越来越耀眼的光芒。他的一言一行值得我去学习，他的教育理论值得我去研究，他伟大的教育思想影响着我，让我不断地成长，使我在教育这条路上走得更远、更稳、也更好！

自尊读书心得体会篇八

日本著名儿童小提琴教育家铃木镇一在与孩子们的接触中发现，每一对父母教育孩子说话走路的那个阶段，孩子进步最快。因为父母总是用最欣赏最得意的目光关注着孩子从零开始的每一点进步，即使孩子学说话说得再差、再迟，父母也从不会抱怨，只会不断鼓励、赞赏；孩子学走路，摔跤再多，父母也从不会嘲笑他，只会坚持不懈地帮助他。结果，每一个正常的孩子都学会了说话走路。在这里父母教育孩子时使用的正是“赏识教育”的方法。

正所谓“没有种不好的庄稼，只有不会种庄稼的农民”。农民怎样对待庄稼，决定了庄稼的命运；家长怎样对待孩子，决

定了孩子的命运。同样，老师怎样对待学生，也在很大程度上决定了学生的命运。学生就像黄山上的松树，千姿百态，各有所长。他们的身上难免有这样那样的缺点。老师是眼里不容沙子，揪住学生的缺点不放，把他批评得“体无完肤”呢？还是以宽容的心态，尽力找出他的优点，给予正确的引导，让赏识、赞扬、鼓励化作一种力量，激励他自省、自律、自强呢？明智的老师当然会选择后者。

哲人詹姆士说过：“人类本质中最殷切的要求是渴望被肯定。”而赏识、赞扬、鼓励正是肯定一个人的具体表现。美国心理学家曾经对800名男性进行了30多年的追踪研究，发现成就最大者与成就最小者在智力上没有显著的差异，而他们在自信心、进去心、坚持性、不屈不挠、不自卑等非智力因素上有较大的差异。推而广之，学生成绩不良，并非完全智力上的原因，若只从智力上着眼提高学生成绩是徒劳的，只有从改善非智力因素入手，消除他们在非智力心理因素上的不良品质，才能使他们固有的智力优势得以发展。智力因素相当于种子，非智力因素相当于土壤，只有土壤肥沃，种子才能茁壮成长。而肥沃的土壤的构成成分我认为最基础的就是“赏识”这一元素。赏识是一座桥梁，是师生精神相融，心灵交汇的桥梁。只有赏识才能树立学生的自信心，才能激发他无穷无尽的创新思维。在一次次的被赏识下，就会形成积极的心理暗示，学生就会自然而然地向着人们期望的方向发展，从而达到教育与被教育的目的。

那么教师怎样架设这座桥梁呢？在与学生的接触中我坚持“优点不说不得了，缺点少说逐渐少”的原则，经常给学生以期待和鼓励，增强学生的积极心理暗示。学生一旦明白了自己的闪光之处，也就点燃了心灵的火，同时也会看到自己还存在着“暗”。刚入校时，戴天同学或许在其他人眼里不是个优秀的孩子，然而在我看来，他也有许多不为人知的优点：成绩不太理想，但勤奋有余；学习十分繁忙，但踏实有序。听他妈妈说，他在初中阶段因为物理化学成绩差，害怕因为自己影响班级的总成绩，而对考试产生了畏难情绪，进而形成

了孤僻的性格。针对戴天同学在政治历史学科方面的优势，我几次找他谈心，鼓励他在高二年级分科时选择文科，他听从了我的建议。在进入文科班后，他得到了其他老师和同学的重新评价，逐渐改变了以往的孤僻性格，变得开朗了，而且在最近结束的阶段性测试中，他以优异的成绩挤入了班级的前10名。

当然，真正要运用赏识教育，也不是一件容易的事。赏识不等于简单的鼓励加表扬，如果一味的表扬、夸奖，有些学生一定会飘飘然，翘尾巴，甚至飞上天。所以，在鼓励加表扬的同时，还要有针对性的不断帮助学生建立新的目标，让其有努力的方向。只有这样，才能使学生不断的从一个高度到另一个更高的高度。高二(2)班学生马云志十分调皮，上课经常无故插嘴。刚开始我有些不满，但几次下来我发现他的插嘴通常是因为对某个问题有自己的独特见解。于是，我没有在大家面前直接批评他，课后我把他叫到办公室，他以为我会狠狠地批评他破坏了课堂纪律，但我却一张嘴就夸奖他头脑活络，对问题看法独到，很有深度，值得老师和同学们学习。他一听我这样说，紧张的情绪有所缓解。接着我又耐心的与他探讨了怎样维护课堂纪律问题，分析了他在课堂插嘴也有打扰老师正常授课的不足。他听后非常诚恳的向我保证，以后不会再也不多说话了。我摇了摇头，告诉他对问题有看法有想法就要说出来，只是要注意表达的时间。如果在老师讲完课后说出自己的观点与大家共同探讨，不是更好吗？他得到我的肯定后，高兴的跑开了。从此，他不再打断我的讲课，而是集中注意力认真听讲，我在讲完后也会主动的问大家对什么问题有自己的见解，可以说出来与大家讨论。于是我的课堂上，学生都能主动发言，学生的'思想闸门一旦打开，智慧的洪流就源源不断的流淌出来了。

这样的事例还有很多，在这里我就不一一赘述了。当我面对一个个活生生、富有独特个性的学生时，我总是竭力去寻找他们的优点，哪怕这个优点在别人眼里是那么的微小，只要我能出自真心地赞扬、鼓励，他们都会心动，都会在内心深

处感到莫大的鼓舞，都会在潜移默化中撼动他们的灵魂。因为我知道，一次心动，足以影响人的行动；一次行动，足以改变人的一生。让我们都用欣赏的目光看待自己的学生吧，那样我们对学生就少了苛求，多了宽容；少了埋怨，多了理解；少了指责，多了尊重。我们就能创设宽松和谐、积极向上的氛围，为他们一步步地走向成功铺路架桥。

自尊读书心得体会篇九

五千年来的中华文明源远流长。而悠悠文明长河中，璀璨至今的依然是那颗“星”——儒家的《论语》。它代代相传、历久弥新、永垂不朽，它就是一部经典，我的成长因它而精彩！

说起《论语》，那可是家喻户晓的一部经典作品，不仅在我国广为人知，更是举世闻名。它是儒家的核心著作，是孔子的弟子及其再传弟子对孔子言行的记录。古人曾云：“半部论语治天下。”而且，我国的社会主义核心价值观大多也体现出了《论语》中的礼教思想。由此可观，《论语》思想，影响了一代又一代华夏子孙。

因此，这更加深了我想去阅读它的渴望。于是，我漫步到《论语》的世界里，尝试着去感受其中的奥秘、陶冶自己的心灵。读后，其中的很多句语录都深入人心，影响我至今。

小学的时候，我并不是很注重学习。虽然我在课堂上积极参与老师的问答互动，会动脑思考，可是却很少做笔记，课本十分地崭新，里边除了印刷文字就如同豆腐一般白花花的。结果，好记性不如烂笔头，我也得到了我的“报应”，那就是复习时总是无法回忆起老师上课所讲的知识点，于是成绩总是处于中等偏下的水平，仿佛一株枯苗不见长势。到了大学后，由于学业竞争的激烈，我终于明白了成绩的重要性。于是我上课就一直埋头做笔记，不肯放过一毫秒，就好像头顶千斤重，抬个头都不舍得。可是成绩却还是不怎么理想，而且虽然做过笔记，但都好像是走个形式化，满足自己的视

觉需求，却从未自己动过脑筋自己思考。这时，“学而不思则罔，思而不学则殆”警示了我。它告诉我只学却不思考就会感到迷茫，只思考却不学就会陷于困境之中。这清楚地反映出我当时的状况，让我明白了要把学与思结合在一起，两者缺一不可，这样的话，即使是事半功倍。对啊！真是“一语惊醒梦中人”，我马上调整了自己的学习方式：当老师讲解例题、重点时，我就应该放下笔抬起头仔细听讲、认真思考；当老师停下让我做笔记时，我再拿起笔书写。果然，经过了几个月的调整，我的成绩逐渐有了起色，直到至今也受益匪浅，在年级里名列前茅！

这时，虽然我的成绩有了较大的起色，但是在方面却又出现了问题。

我和一个相处得不错的朋友闹起了矛盾，彼此之间相互指责，把事情闹得沸沸扬扬的。后来，因为不想再争执下去，我主动向她提出了道歉，可心中却还是愤愤不平，不能释怀。也许她也是如此，于是我们之间又进行了不约而同的“冷战”。但是，她的家长一直在调整她逃避的心理，希望她能放下往事与我重归于好，她也明白了，也想要重拾我们之间的友谊，便趁着学习之余主动来找我互动。时间一长，我的心竟有些被触动了，就要被她坚持不懈的关怀所感化，却又碍于自己的面子，无法释怀往事。这时，“有朋自远方来，不亦乐乎”犹如雪中送炭，帮助我去解决这块心结。志同道合的朋友从远方来，不也愉快吗？是呀，她如此大度地选择忘记我们之间的不悦，不管自己是否能成功，努力地想重建我们之间友谊的桥梁，态度非常的诚恳，若我还计较这件事、避之门外，不就显得我是个小肚鸡肠、心胸狭隘的小人吗？于是，我慢慢地主动与她多起了互动，并且在学习上互帮互助，有说有笑，呈现出一派和谐的景象。我的心结也慢慢解开，踱步时如踩在云朵上轻松。

《论语》不愧是大名鼎鼎的我国的艺术瑰宝，其中的语录帮助我改正了自己错误的思想、言行与为人处世的。让我明白

了待人要友善，共创和谐的社会环境；并且要掌握好学习的方法，为国家大大小小的建设积极做准备，使自己的底蕴丰富强大、了解更多的知识，这样才能承担起自己在国家中应尽的一份责任，成为国家栋梁，能够强国盛国。这正是我身为一名中国学生说“爱国”的强烈体现。

自尊读书心得体会篇十

《诗经》是我国最早的一部诗歌总集，它保存了从西周初期到春秋中叶年间的作品，共305篇。西汉时被尊为儒家经典，始称《诗经》，并沿用至今，对我国两三千年来文学发展产生了深广的影响，也是很珍贵的古代史料。

《关雎》是《诗经》全书的第一篇，选自《诗经·周南》。它是描写一个青年男子对一位姑娘的一往情深的追求，并运用了比喻，起兴的修辞手法和重章复唱的结构形式，成功地表达了朴实的情感，并对这种朴实的情感展开了大胆的表露，将主人公追求爱情的炽烈专一表现的淋漓尽致，极大地增强了诗歌的感染力。我在反复读的过程中，能身有体会到其中，咀嚼着诗歌每一个字，都能深深的感受到男子追求姑娘的美好。

在生活中，时间对每个人的说都是非常重要的，所谓“珍惜好每一分，利用好每一秒，不留一点遗憾”。《采葛》选自《诗经·玉风》，在读这篇诗歌时，知道时间的短暂，与其去想思念和痛苦带来的无尽浪费，还不如珍惜当前时刻，把该做的事情，不留到明天，已作出的承诺及早兑现。

诚信对于我们每个人来说都是非常重要的。诚信是人与人之间交往中必须的品质；诚信是人们在社会中的通行证；诚信是古老的道德范畴，是每个人都应该拥有的优秀品质。在选自《诗经·邶风》的《静女》中最能体现出来。这篇诗歌主要描写的是一个男孩接受了一个女孩子的邀请，男孩早早的就来到了约会地点，等了很久都不见女孩身影，怕自己记错时

间失信与她，又怕女孩不守承诺，其实女孩早就来了，只是一直在观察他。可见，重承诺，讲诚信，不管是男孩还是女孩，无论爱情还是理想，一旦目标确定，就要坚持到底。无论何时何地，都不可以主观武断，意气用事。冥冥之中，总会有一双双眼睛看着我们，总会有一种力量在召唤我们，激励我们，这个力量就是诚信，这个力量就是信任。

人生的道路上不可能一帆风顺，不可能时时处处事事顺心如意，总会有坎坷，困难挫折，不幸。就像《柏舟》中写到的君子怀才不遇，受小人欺辱的内心痛苦和妻子被丈夫遗弃而不甘屈服的忧愤。我们不怕解决不了困难，只怕困难既将来的时候就退缩。每个人都会遇到大大小小的困难险阻，我们要用自己的方式和方法去一一解决它。你看那些伟人，哪个不是克服重重困难才取得今天的成就。当然也不是说，要成为伟人一定是经历过困难的人，能用办法去避开一些不必要的困难，留下更多的力气去对抗前方更大的困难。其实每个人都能做到的，需要面对困难时，坚持不懈，持之以恒，我们就能战胜它。

我最喜欢选自《诗经·秦风》的《蒹葭》。一个热恋者对意中人的迫切追求和可望而不可即的惆怅，失望的心情。这也说明一生的奋斗的悲壮，人生都是如此，追求不到固然烦恼，而以为追求到手注定无聊。在不断追求的过程中，我们会觉得生命是如此充实绽放，生活是如此美好高尚。

《诗经》是中华优秀传统文化，我们作为中华儿女要继承和发扬我中华民族文化的精髓。在努力实现民族复兴的今天，这必然会成为广大学生朋友的历史责任与使命。